

肿瘤医院乳腺癌健康讲座的效果评价和持续改进

常 鹄,马 飞,梅志红,付凤环,昌 盛

(国家癌症中心/中国医学科学院北京协和医学院肿瘤医院,北京 100021)

摘要:[目的] 调查分析参加乳腺癌健康讲座受众的需求情况,以期更好地改进和举办乳腺癌健康讲座,帮助更多乳腺癌患者和家属。[方法] 对参加中国医学科学院肿瘤医院乳腺癌健康讲座的 190 位受众进行问卷调查,对统计结果进行描述性分析。[结果] 一次性发出调查问卷 190 份,回收有效问卷 185 份,有效率为 97.4%。参加乳腺癌健康讲座的受众以患者居多,占 86.4%,家属占 13.6%。97.8%参与者对健康讲座活动整体满意。乳腺癌健康讲座对乳腺癌患者的康复指导、护理指导、用药指导,了解乳腺癌的预防知识、治疗知识都有很大的帮助,同时病友之间可以互相鼓励,增加战胜癌症的信心。[结论] 乳腺癌健康讲座还有很多地方需要改进,需拓宽传播渠道,扩大传播效果;开展心理指导,扫除心灵雾霾;内容要通俗易懂,形式需灵活多样;要加强康复互助,树立抗癌信心。

关键词:乳腺癌;健康讲座;效果评价;肿瘤医院

中国分类号:R730;R737.9

文献标识码:A

文章编号:1004-0242(2017)11-0882-04

doi:10.11735/j.issn.1004-0242.2017.11.A008

Evaluation and Continuous Improvement of Breast Cancer Health Lecture in Cancer Hospital

CHANG Hu, MA Fei, MEI Zhi-hong, et al.

(National Cancer Center/Cancer Hospital, Chinese Academy of Medical Sciences and Peking Union Medical College, Beijing, 100021, China)

Abstract: [Purpose] To evaluate the breast cancer health lecture in cancer hospital. [Methods] A questionnaire survey was carried out among audience attending the breast cancer health lectures at cancer hospital, and the results were analyzed. [Results] Total 190 questionnaires were distributed, and 185 valid questionnaires returned (97.4%), including 160 from the patients (86.4%) and 25 from relatives of patients (13.6%). 97.8% of participants were satisfied with the overall health lecture activities. The breast cancer health lecture helped patients in rehabilitation, nursing, medication guide, increasing knowledge of the prevention and treatment. At the same time, patients were encouraged each other, increasing the confidence to overcome cancer. [Conclusion] Breast cancer health lectures in cancer hospital can improve the quality of care and increase the confidence to overcome cancer for patients, but there are still rooms for further improvement.

Key words: breast cancer; health lecture; effect evaluation; cancer hospital

我国乳腺癌发病率呈逐年上升趋势, 现已跃居女性恶性肿瘤前列。一方面, 乳腺癌作为严重威胁妇女健康的恶性肿瘤, 给患者带来沉重的心理负担; 另一方面, 治疗对女性生理、心理上带来很大的冲击。由此可引发一系列心理社会问题, 从而导致患者生存质量下降^[1]。近年来, 病友会、病友联盟作为医院对患者指导和管理的一种模式, 日渐受到广大患者

的欢迎和社会的关注。这些病友会、病友联盟通过医院组织健康讲堂、健康咨询等方式搭建起了医患之间、医护和家属之间、患者之间沟通、交流的平台, 通过这个平台, 医护人员指导患者科学治疗和护理, 并从中收集资料, 分析研究, 促进医疗技术水平的提高; 带动家属参与, 家属能同时感受到医护人员的关心, 使他们更深入地了解乳腺癌治疗后的护理知识, 以更好地护理患者; 及时解决患者的疑难问题, 使患者获得心理抚慰; 患者之间也能从彼此的进步中汲

收稿日期: 2017-03-15; 修回日期: 2017-04-27

通讯作者: 昌盛, E-mail: dr_chang@126.com

取力量,互相鼓励,攻克癌症。

中国医学科学院肿瘤医院乳腺内科于2011年成立康悦家园,为乳腺癌患者搭建康复交流平台,迄今为止康悦家园共有志愿者4500余名,每月定期举办健康讲堂活动。在每年的“粉红丝带月”开展乳腺癌关爱活动,年底举办患者联谊晚会。6年来,肿瘤医院共举办乳腺癌健康讲座160余场,服务50 000余人次,已初具规模。通过规范的组织管理,保障活动的持续性和常态化。每场健康讲堂邀请院内外专家2~3名,针对乳腺癌的治疗、预防、护理、营养支持、心理辅导、用药指导等内容开展讲座,每位专家讲课时长40min,答疑时长20min。讲座现场发放科普宣传材料,与媒体合作全程录制整场讲课。为不断提高乳腺癌健康讲座的质量,了解人们对其需求及满意情况,肿瘤医院对乳腺癌健康讲座的参加者进行了问卷调查,以求不断改进工作。

1 资料与方法

1.1 调查对象

调查人群包括患者和患者家属,人群特征为有较强烈的乳腺癌健康知识需求。

1.2 调查方法与内容

通过自行设计调查问卷,对健康讲座的参加者进行随机调查,采用自填问卷的方式,一次性发放问卷,问卷内容包括被调查者的性别、身份、年龄、学历、知晓渠道、参加目的、效果评价、掌握程度、收益、希望更多知晓的内容、改进措施等。

1.3 统计学处理

采用中文版EpiData3.1软件进行数据录入,采用SPSS13.0统计软件进行数据处理和统计分析。

2 结果

2.1 参加者的基本情况

本次调查主要针对参加健康讲座的患者和家

属,共发放问卷190份,回收有效问卷185份,有效率为97.4%。参加健康讲座的调查对象中,患者居多,占86.4%,家属占13.6%。年龄构成:20~50岁的人群占51.3%,51~60岁的占27.6%,60岁以上占21.1%。女性多于男性,占93.5%。学历情况:大学及以上占39.5%,大专/中专占31.3%,高中占12.4%,初中及以下占16.8%。

2.2 知晓渠道

被调查者知晓健康讲座的方式中,通过媒体刊登消息知晓占5.4%,通过医院内张贴海报而知晓的占19.5%,通过电话、短信通知的占41.6%,通过朋友介绍的占31.8%,通过主动咨询的占1.7%。

将被调查者的年龄与其对健康大讲堂知晓渠道的关系进行分析,结果显示,不同年龄者对健康大讲堂知晓渠道的差异有统计学意义。年轻参与者通过院内海报得知讲座消息的比例高于年龄高的参与者,这可能与参与者的身体状态有关系,年长者身体行动不便,不便于及时在医院内看到海报通知。我院乳腺癌健康讲堂每次由乳腺内科组织,会在院内张贴海报,向病友们发送短信通知(Table 1)。

2.3 参加目的

被调查者参加健康讲座的目的中,了解乳腺癌知识占68.6%,预防乳腺癌占28.6%,预防乳腺癌复发占80.0%,近距离接触医生占53.0%。

将被调查者的身份与其参加健康大讲堂目的的关系进行分析,结果显示,不同身份对预防乳腺癌和预防乳腺癌复发这一参加目的的差异有统计学意义。患者主要希望能够了解预防乳腺癌复发知识,患者家属除了希望了解预防乳腺癌复发的知识,更希望能够预防乳腺癌(Table 2)。

2.4 满意度评价及掌握情况

97.8%参与者对健康讲座活动整体满意,98.9%的参与者认为讲座的时间安排是合理的。

对健康讲座知识的掌握情况,掌握主要内容占55.1%,了解一些知识占44.9%。

Table 1 The relationship between the age and the awareness channel

Age(years)	N	Media (%)	Poster in hospital (%)	Phone or short message service (%)	Friends introduce (%)	Consult initiatively (%)
20~50	95	6(6.3)	23(24.2)	36(37.9)	29(30.5)	1(1.1)
51~60	51	1(2.0)	8(15.7)	18(35.3)	23(45.1)	1(2.0)
≥60	39	3(7.7)	5(12.8)	23(59.0)	7(17.9)	1(2.6)

Note: Fisher exact propability $P=0.001$.

Table 2 The relationship between the identity and the purpose of attending the lecture

Identity	N	Understanding the knowledge of breast cancer(%)	Prevention of breast cancer(%)	Prevention the recurrence of breast cancer(%)	Contact with doctors(%)
Patients	160	107(66.9)	40(25.0)	134(83.8)	85(53.1)
Patients' families	25	20(80.0)	13(52.0)	14(56.0)	13(52.0)
Total	185	127(68.6)	53(28.6)	148(80.0)	98(53.0)
χ^2		1.731	7.711	10.406	0.011
P		0.188	0.005	0.001	0.917

将被调查者的学历与其对健康大讲堂掌握程度的关系进行分析,结果显示,不同学历者对健康大讲堂讲座内容掌握程度的差异有统计学意义。学历越高,对大讲堂掌握的程度越好,能掌握主要内容(Table 3)。

2.5 希望获得知识情况

调查显示,被调查者希望通过讲座更多了解一些健康知识,希望了解乳腺癌预防知识占 41.6%,了解乳腺癌治疗知识占 76.2%,了解护理知识占 40.0%,了解心理指导知识占 34.6%,了解康复训练知识占 58.9%。

将被调查者的学历与其希望获得更多知识的情况进行分析,结果显示,不同学历者对希望获得护理知识和康复知识的差异有统计学意义。学历偏低的参与者更希望能获得康复知识,学历偏高的参与者除了希望获得康复知识,更倾向获得护理知识(Table 4)。

2.6 继续改进方式

被调查者希望继续改进健康讲座的方式,希望将讲课做成视频光盘发放的占 52.2%,希望发放乳腺癌知识手册占 54.9%,希望提供更多患者与医生的交流沟通渠道的占 76.1%,希望开展其他形式的乳腺癌健康教育的占 53.3%。

Table 3 The relationship between the education degree and the mastery degree

Education degree	N	Mastering the main content(%)	Learn some(%)
Junior middle school and below	31	9(29.0)	22(71.0)
High school	23	10(43.5)	13(56.5)
College/Technical secondary school	58	33(56.9)	24(43.1)
University and above	73	50(68.5)	23(31.5)

Note:Fisher exact propability P=0.002.

3 讨论

乳腺癌发病率逐年增加,发病年龄有年轻化趋势,死亡率也在增加。近些年围绕着乳腺癌患者治疗与护理已经进行了大量研究和总结,但乳腺癌患者的需求也逐渐增加并细化,患者随时有问题需要沟通,所以对于这些患者进行有针对性的健康讲座咨询对于保证治疗效果、提高患者的生活质量有着重要的意义^[2]。

3.1 拓宽传播渠道,扩大传播效果

健康大讲堂不能只拘泥于一种方式,要采取因地制宜,就地取材的方法,才能取得事半功倍的效果。目前我院每场乳腺癌健康讲座都向患者和家属发送短信和微信预告,在调查问卷中,41.6%的被调查者表示通过此方式获知讲座信息。调查结果显示,不同年龄的参与者获取的渠道也不同,年轻参与者

Table 4 Education degree and the knowledge expected to acquire

Education degree	N	Prevention of breast cancer(%)	Treatment of breast cancer(%)	Nursing knowledge(%)	Psychological knowledge(%)	Rehabilitation knowledge(%)
Junior middle school and below	31	15(48.4)	20(64.5)	6(19.4)	8(25.8)	17(54.8)
High school	23	4(17.4)	19(82.6)	5(21.7)	5(21.7)	7(30.4)
College/Technical secondary school	58	25(43.1)	41(70.7)	24(41.4)	21(36.2)	40(69.0)
University and above	73	33(45.2)	61(83.6)	39(53.4)	30(41.1)	45(61.6)
Total	185	77(41.6)	141(76.2)	74(40.0)	64(34.6)	109(58.9)
χ^2		6.580	6.010	14.229	4.168	10.565
P		0.087	0.111	0.003	0.244	0.014

通过院内海报得知讲座消息的比例高于年龄高的参与者。除此之外,还可以通过媒体宣传等方式,让更多人知晓讲座信息并参与进来。每次讲课可以邀请媒体录制,编辑后放到网上和微信上再次传播,通过新媒体技术,让更多不方便到现场参加活动的人也能分享知识,对于没听懂的参与者也可以回去慢慢学习了解。

3.2 内容通俗易懂,形式灵活多样

调查显示,参与者很少与医生探讨医学热点问题,仅占 18.5%。因为参与者不是医学专业人士,讲座中过于专业的内容,不利于参与者理解。调查显示,学历越高的参与者,对大讲堂内容掌握的程度越好,大学及以上学历能掌握主要内容的占 68.5%。参与者的文化水平参差不齐,内容太深太专业,参与者掌握了解的效果不会太好。因此在讲课内容准备上,需要根据参与者的不同身份、年龄、职业、文化,采取不同的方式与办法,用通俗易懂的语言向参与者传递预防、治疗及康复的知识。针对患者,多讲解乳腺癌的康复和治疗知识,针对患者家属多讲解乳腺癌的预防知识。同时转化讲课内容,如播放视频、音乐、漫画,发放乳腺癌科普小册子等,便于参与者更好的理解。有时只一味地讲授理论知识往往达不到预期的目的,而由受众结合自己的实际情况提出问题,针对性地给予具体分析答疑,指导其预防及治疗,是群众喜闻乐见的一种方式。

3.3 开展心理护理指导,扫除心灵雾霾

大多乳腺癌患者经历了手术、化疗、放疗后,乳房缺陷、脱发及形体改变等,并且患者自尊心受损,常有无助感、自卑感、受歧视感,以及自我评价降低,担心自己失去躯体功能,成为家人的负担,从而对自己的身体感到羞愧,回避生活交往。被调查者希望获得心理和护理知识的占 74.4%。在健康讲座中适当增加心理和护理指导的内容,让患者和家属明白,躯体的伤残已成为现实,只有敢于正视这个现实,才能积极主动地、有意识地调整自己的心态。不被这种内心的痛苦所压倒,更不会被这种内心的痛苦淹没了生存的欢乐,全方面帮助患者及家属战胜乳腺癌。通过护理指导,使患者尽快恢复,回归家庭和社会^[3]。

3.4 加强康复互助,树立抗癌信心

乳腺癌患者通过参加康悦家园等病友会组织,经系统的健康教育和个性化健康指导,明显降低了

恐惧心理,减少了焦虑,树立了自信心,并掌握形体康复训练的技巧和自我管理能力,肢体功能康复良好,提高了生活质量^[4]。说明有计划、有组织地开展健康教育、病友互助活动,有利于乳腺癌患者心理状况及生活质量的提高。病友之间的相互鼓励和交流为乳腺癌患者提供相关信息和支持,进行情感沟通和互动能够提高乳腺癌患者术后的应对。积极倡导鼓励乳腺癌患者加入类似康悦家园的乳腺癌康复组织,使乳腺癌患者尽快融入社会和组织,尽快恢复健康生活状态^[5]。

通过开展科学有效的乳腺癌健康讲座,使患者和家属掌握健康知识,可在一定程度上恢复患者的自信,掌握康复训练的知识和技巧,帮助患者和家属提高战胜疾病的信心,达到促进疾病康复和减少并发症的目的,进一步提高患者的生活质量,使其更自觉地配合各种检查治疗,同时也使患者自我保健能力得到增强,提高患者的治疗效果和生活质量,而且增加对医护人员的信任感,提高医护人员的服务满意度^[6]。

参考文献:

- [1] Wang B. Influence of health education on negative emotions, social support and quality of life in breast cancer patients [J]. Chinese Journal of Practical Nursing, 2009, 25(12): 22-23. [王波. 健康教育对乳腺癌患者负性情绪、社会支持及生活质量的影响[J]. 中国实用护理杂志, 2009, 25(12): 22-23.]
- [2] Li H, Zhai N, Ji X. Health education intervention on the recovery of breast cancer outpatients [J]. Chinese Journal of Health Statistics, 2012, 29(2): 238-242. [李辉, 翟娜, 纪星. 健康教育干预对出院后乳腺癌患者康复效果观察[J]. 中国卫生统计, 2012, 29(2): 238-242.]
- [3] Ba CY, Su SS. Health education lecture on the rehabilitation stage breast cancer patients [J]. Medical Information, 2011, 24(9): 5029-5030. [巴春燕, 苏莎莎. 康复期乳腺癌患者健康教育讲座[J]. 医学信息, 2011, 24(9): 5029-5030.]
- [4] Luo HY, Lin CC, Lin YY, et al. The role of volunteers participation in health education for breast cancer patients with rehabilitation [J]. Chinese Journal of Nursing, 2012, (47)7: 650-651. [骆惠玉, 林朝春, 林云月, 等. 志愿者参与健康教育在乳腺癌患者康复中的作用[J]. 中华护理杂志, 2012, (47)7: 650-651.]
- [5] Lan YW. Development of breast cancer health education and the recovery [J]. Guide of China Medicine, 2013, 11(19): 477-478. [兰月文. 乳腺癌健康教育及促进康复的研究进展[J]. 中国医药指南, 2013, 11(19): 477-478.]
- [6] Li Q, Zhang CQ. Breast cancer patients' health education [J]. China Health Care & Nutrition, 2013, 9(9): 822. [李群, 张长青. 乳腺癌患者的健康教育 [J]. 中国保健营养, 2013, 9(9): 822.]